சிவமயம்

அமரர்.
சுப்பிரமணியம் ஈஸ்வரநாதன்

(காரியப்பர் பரம்பரை - ஊதியம் பெறாத தொண்டர்)

அவர்களின்

31ம் நாள் நினைவு மலர்

09.02.2016

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உளமகிழ

15 - 06 - 1950

உளநெகிழ

10 - 01 - 2016

அமரர்.

சுப்பிரமணியம் ஈஸ்வரநாதன்

(காரியப்பர் பரம்பரை - ஊதியம் பெறாத தொண்டர்)

திதி வெண்பா

"ஆண்டு மன்மத வருடம் அண்டிய நல் மார்கழி
தோன்று பூர்வ பக்ச பிரதமை திதி ஊன்று புகழ்
சீராளர் ஈஸ்வரநாதன் மானிலம் மறந்தார்
பாராளும் மெய்ஈசனடியே தான்"

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சமர்ப்பணம்

பாச விளக்காய் இருந்து எமையெல்லாம்
நேசமோடு அரவணைத்து சமூக சிந்தனையும்
கல்வியறிவும் தந்து ஒற்றுமையும் உயர்வும்
காட்டி கண்ணை இமை காப்பதுபோல் காத்து
வந்தீர் பாசத்தோடும், பரிவோடும்
எமை வளர்த்து ஆளாக்கிய
அன்புத் தெய்வத்தின்
ஆத்ம சாந்திக்காக எல்லாம் வல்ல
இறைவனின் திருவடிகளை இறைஞ்சி
இம்மலரைத் தங்கள் பாதக்கமலங்களில்
நீரோடும் கண்களோடு நெஞ்சம் நிறைந்த
பாசத்தோடும் காணிக்கையாக்குகின்றோம்.

– குடும்பத்தினர் –

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பஞ்சபுராணம்

விநாயகர் துதி

திருவாக்குஞ் செய்கருமம் கைகூட்டுஞ் செஞ்சொற்
பெருவாக்கும் பீடும் பெருக்கும் – உருவாக்கும்
ஆதலால் வானோரும் ஆனை முகத்தனைக்
காதலாற் கூப்புவர்தம் கை

தேவாரம்

எத்தாயர் எத்தந்தை எச்சுற்றத்தார்
எம்மாடு சும்மாடாம் ஏவர் நல்லார்
செத்தால் வந்து உதவுவார் ஒருவரில்லை
சிறுவிறகால் தீமூட்டிச் செல்லா நிற்பர்
சித்தாய வேடத்தாய் நீடு பொன்னித்
திருவானைக் காவுடைய செல்வா என்றன்
அத்தாவுன் பொற்பாதம் அடையப் பெற்றால்
அல்லல் கண்டங் கொண்டடியேன் என் செய்கேனே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

திருவாசகம்

பால்நினைந் தூட்டுந் தாயினுஞ் சாலப்
பரிந்துநீ பாவியே னுடைய
ஊனினை உருக்கி உள்ளொளி பெருக்கி
உலப்பிலா ஆனந்த மாய
தேனினைச் சொரிந்து புறம்புறந் திரிந்த
செல்வமே சிவபெருமானே
யானுனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப் பிடித்தேன்
எங்கெழுந் தருளுவ தினியே.

திருவிசைப்பா

கற்றவர் விழுங்கும் கற்பகக் கனியைக்
கரையிலாக் கருணை மாகடலை
மற்றவரறியா மாணிக்க மலையை
மதிப்பவர் மனமணி விளக்கைச்
செற்றவர் புரங்கள் செற்ற எம் சிவனைத்
திருவீழி மிழலை வீற்றிருந்த
கொற்றவன் தன்னைக் கண்டு கண்டு உள்ளம்
குளிரஎன் கண் குளிர்ந் தனவே

திருப்பல்லாண்டு

பாலுக்கு பாலகன் வேண்டி
அழுதிடப் பாற்கடல் ஈந்தபிரான்
மாலுக்குச் சக்கரம் அன்றருள்
செய்தவன் மன்னிய தில்லை தன்னுள்
ஆலிக்கும் அந்தணர் வாழ்கின்ற தில்லைச்
சிற்றம்பலமே இடமாகப்
பாலித்து நட்டம் பயில வல்லானுக்கே
பல்லாண்டு கூறுதுமே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

திருப்புராணம்

இறவாத இன்ப அன்பு வேண்டி பின் வேண்டுகின்றார்
பிறவாமை வேண்டும் மீண்டும்பிறப்புண்டேல் உன்னை என்றும்
மறவாமை வேண்டும் இன்னும்வேண்டில் நான்
மகிழ்ந்து பாடி அறவா நீ ஆடும்போது உன் அடியின் கீழ்இருக்க என்றார்.

திருப்புகழ்

பக்தியால் யானுனைப் பலகாலம்
பற்றியே மாதிருப் புகழ்பாடி
முத்தனாய் வாழ்வினைப் பெருவாழ்வின்
முத்தியே சேர்வதற்கு அருள்வாயே
உத்தமா ஞான சற்குண நேயா
ஒப்பிலா மாமணித் திரிவாசா
வித்தகா ஞான சந்தினி பாதா
வெற்றி வேலாயுதப் பெருமானே.

வாழ்த்து

வான்முகில் வழாது பெய்க மலிவளம் சுரக்க மன்னன்
கோன்முறை அரசுசெய்க குறைவிலா துயிர்கள் வாழ்க
நான்மறை அறங்கள் ஓங்க நற்றவம் வேள்வி மல்க
மேன்மை கொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெல்லாம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அமரர்
சுப்பிரமணியம் ஈஸ்வரநாதன்
அவர்களின்
வாழ்க்கை வரலாறு

தென்கையிலை எனப்போற்றப்படும், திருஞானசம்பந்த மூர்த்தி நாயனாரால் பாடல் பெற்ற திருக்கோணேஸ்வரத்தை தன்னகத்தே கொண்ட ஆழியால் முப்பக்கமும் சூழப்பட்ட இயற்கை துறைமுகத்தை வளமாக கொண்ட திருக்கோணமலையின் விவசாயக் கிராமங்களில் ஒன்று தம்பலகமம்.

இந்துப் பெருமக்கள் பெரும் பான்மையாக வாழும் பக்திமணம் கமழும் இக்கிராமத்தின் சிறப்பு ஆதிகோணநாயகர் அருள் கடாட்சம் தரும் ஆதி கோணேஸ்வரமாகும்.

விவசாயத்தில் சிறந்து விளங்கும் இக்கிராமம். 'எங்கும் வயலிருக்கும் எழிலோ பரந்திருக்கும் நுங்குப் பனையிருக்கும் நேராய் வளர்ந்திருக்கும் அங்கம் சிலிர்க்குதே அதனழகைப் பாரடா? என போற்றப்படுகின்றது.

இக்கிராமத்தில் காரியப்பா பரம்பரையில் விவசாயத்தில் தம் வாழ்வினை சிறப்பித்து செல்வ செழிப்புடன் வாழ்ந்திருந்த சுப்பிரமணியம் சவுந்தரிப்பிள்ளை தம்பதிகளின் இரண்டாவது மகனாக ஈஸ்வரநாதன் அவதரித்தார். பத்து சகோதரங்களின் பாசபிணைப்பில், அன்பினில் ஊறி வளர்ந்து கல்வியினையும் கற்றுத்தேறி தம் குடும்ப தொழிலான விவசாயத்தில் சிறந்து விளங்கினார்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வாலிபகாலமும் வர திருமணமும் தேடி வந்தது. தம்பலகமத்தில் வாழ்ந்த துரையப்பா துளசியம்மா தம்பதிகளின் மூத்த மகளான புஸ்பரஞ்சிதத்தை மணந்து நான்கு குழந்தைகளுக்கு தந்தையும் ஆனார்.

தம் இல்லற வாழ்வில் தம் மனைவியின் துணையோடு மக்களை நன்றாக கல்வி பயில வைத்தார்.

தம் மூத்த மகன் தயாளசீலனுக்கு மாலதியை திருமணம் செய்வித்து அஸ்வின் என்ற பேரக் குழந்தையையும்; இரண்டாவது மகளான தர்மினியை ஜெகதீஸ்வரனுக்கு திருமணம் செய்வித்து மதுசங்கர், யோகிர்சன் ஆகியோரை பேரப்பிள்ளைகளாகவும்; மூன்றாவது மகனான சுகிர்தனுக்கு ராதிகாவை திருமணம் செய்வித்து நவினா, திருக்ஷியன் ஆகியோரை பேரப் பிள்ளைகளாக அடைந்து மன்தில் பூரிப்புடன் வாழ்ந்திருந்தார்.

தனது கடைசி மகனான சுதர்சனை அளவுகடந்த பாசத்துடன் அன்பினில் புதைத்து மன மகிழ்ந்தார்.

மற்றவருக்கு உதவுவதிலும் தான தர்மங்கள் செய்வதிலும் கோவில் காரியங்களில் தம்மை முழுமையாக ஈடுபடுத்தியும் நேர்மை பொறுமையுடன் அயலவர்கள் போற்றும் மனிதராக வாழ்ந்தார்.

மற்றவரை மதிக்கும் பண்பும்; தொழிலில் நேர்மையும் அமைதியான சுபாகமும் இவரின் இரத்தத்தில் ஊறியவைகள்.

நேரமும் வந்தது காலனும் வந்தான் உற்றவர் அழுதனர். பிறந்தவர் ஒரு நாள் இறப்பதும் உறுதியன்றோ!

அமரரின் இந்நாளில் அவரினை நினைந்து தொழுதோமே கண்ணீரிலினாலே!

- குடும்பத்தினர் -

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அருணகிரிநாதர் அருளிச் செய்த

முக்தி விநாயக அகவல்

'பிரணவப் பொருளாம் பெருந்தகையைங்கரன்
சரவணற்புதமலர் தலைக்கணிவோம்'

அரகர சிவ! சிவ நமோ நமோ
ஆகு வாகனனே நமோ நமோ
இபமுகத் தோனே நமோ நமோ
ஈசுவரன் மகனே நமோ நமோ
உமையாள் சுதனே நமோ நமோ
ஊனிற் பெரியோய் நமோ நமோ
எமையாள் பவனே நமோ நமோ
ஏழை பங்காளாய் நமோ நமோ
ஐயா துய்யாய் நமோ நமோ
ஒற்றை மருப்பாய் நமோ நமோ
ஓதிய மறையே நமோ நமோ
ஔவைக் கினியாய் நமோ நமோ
அ∴கரப் பொருளே நமோ நமோ
கணநா யகனே நமோ நமோ
கிருபைக் கடலே நமோ நமோ
கீதகிண் கிணியாய் நமோ நமோ
குஞ்சரக் கன்றே நமோ நமோ
உறும் பரனே நமோ நமோ
கெதியளிப் பவனே நமோ நமோ

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கேள்வி விலாசா	நமோ நமோ
கையைந் தவனே	நமோ நமோ
கொழுந்திடு முதலே	நமோ நமோ
கோவே தேவே	நமோ நமோ
கௌவைத் துணையே	நமோ நமோ
சதுர்மறைப் பொருளே	நமோ நமோ
சாய்மறைச் செவியாய்	நமோ நமோ
சிவன் கண்மயியே	நமோ நமோ
சீவ சஞ்சிதமே	நமோ நமோ
சுருதி விளக்கே	நமோ நமோ
சூர சங்காரா	நமோ நமோ
ஜெய ஜெய விநாயகா	நமோ நமோ
சேய்நூற் கரசே	நமோ நமோ
சைவக் குருவே	நமோ நமோ
சொல்லும் பொருளே	நமோ நமோ
சோக விநாசா	நமோ நமோ
சௌகரியக் களிரே	நமோ நமோ
தண்டைக் காலாய்	நமோ நமோ
தாமரைக் கரத்தாய்	நமோ நமோ
திருமால் மருகா	நமோ நமோ
தீங்கு தீர்ப்பவனே	நமோ நமோ
தும்பிக் கையாய்	நமோ நமோ
தூல சூக்குமத்தோய்	நமோ நமோ
தெய்வ சிகாமணி	நமோ நமோ
தேவர்கள் தேவே	நமோ நமோ
தையல் வல்லபையாய்	நமோ நமோ
தொண்டர்க் கிதமே	நமோ நமோ

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தோத்திரப் பிரியாய் நமோ நமோ
தௌவை தீர்ப்பவனே நமோ நமோ
நம்புந் துணையே நமோ நமோ
நாக பூஷணனே நமோ நமோ
நித்தன் மதலாய் நமோ நமோ
நீறணி பவனே நமோ நமோ
நுகருமா யமுதே நமோ நமோ
நூறாப் பேரே நமோ நமோ
நெற்றிக் கண்ணாய் நமோ நமோ
நேமியந் திரத்தாய் நமோ நமோ
நைவளத் துரந்தோய் நமோ நமோ
நொந்தார்க் காவாய் நமோ நமோ
நோய்தீர்ப் பவனே நமோ நமோ
நௌவி தர்த்தோய் நமோ நமோ
பதினோ ருகையாய் நமோ நமோ
பதினே ருகையாய் நமோ நமோ
பாத விநாசா நமோ நமோ
பிணிக்கு மருந்தே நமோ நமோ
பீடை தீர்ப்பவனே நமோ நமோ
புத்தி தந்தவனே நமோ நமோ
பூமகள் மருகா நமோ நமோ
பெற்றோர் மகிழே நமோ நமோ
பேழை வயிற்றாய் நமோ நமோ
பையர வணிந்தாய் நமோ நமோ
பொன்றாக் குன்றே நமோ நமோ
போதப் பொருளே நமோ நமோ
பௌவ வணத்தோய் நமோ நமோ

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மதியளிப் பவனே நமோ நமோ
மாதையில் வாழ்வே நமோ நமோ
மிகுதி யானவனே நமோ நமோ
மிதோர் வேந்தே நமோ நமோ
முக்கண் ணுடையாய் நமோ நமோ
மூவரின் முதலாய் நமோ நமோ
மெய்பொருட் கிரியே நமோ நமோ
மேலாம் பதமே நமோ நமோ
மைநிற மணியே நமோ நமோ
மொழிவார்க் கருளே நமோ நமோ
மோதகக் கையாய் நமோ நமோ
மௌலி தரித்தோய் நமோ நமோ
வல்லபை மணாளா நமோ நமோ
வாமன ரூபா நமோ நமோ
வித்தைக் கிறைவா நமோ நமோ
வீரதண் டையனே நமோ நமோ
உத்தம தேவே நமோ நமோ
ஊனத் துறப்பாய் நமோ நமோ
வெயிலவற் கினியாய் நமோ நமோ
வேண்டிலி நாயகா நமோ நமோ
வையகம் புரந்தோய் நமோ நமோ
வௌதர் பரனே நமோ நமோ
ஒப்பிலா மணியே நமோ நமோ
ஓம்பொரு ளாளா நமோ நமோ
மகா கணபதியே நமோ நமோ

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பைரவர் கவசம்

மெய்யில் வெண்ணீறு இருகாதில் கவசம் விளங்கு
மலர்க்கையிலல் வெண்சூலம் இருபாசம் ஏந்தி கரிய நிறம்
செய்யு மவுலி மிசை யேறி ஆட்கொள்ளும் சேவடியை
வையம் துதிக்க வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

வீணான பாவக்கருவெடுத்து ஏவியே விட்டவர் மேல்
கோணாமல் சென்று ஏறேறு நெஞ்சில் குத்துகுத்து
உன்னாய் இவனுயிர் நாவும் பதற ஒடுக்கி
வாழ் நாளை வாங்கும் வடுகா நற்சொர்ண பைரவனே!

திருகிச்சினந்த வரங்கோளும் தீவினை தீமையெல்லாம்
உருகிக்கனம் பஞ்செனவே விலக்கி நீ ஓடிவந்து
தருகின்ற உந்தை இருதாள் மலரடி தான் வணங்க
வருகின்றவேளை இதுவே நற்சொர்ண பைரவனே!

காகாவென நின்று கூப்பிடும் பேய்களை கண்டு தினம்
போபோ எனச் சொல்லி நானறியேன் அதைப்போக்கடித்து
தாதா சிலம்பொலி தண்டை கலீரிடத் தானடைந்து
வாவா என்முன் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

பட்சியறிந்து அந்த மாறணஞ் செய்திடும் பாவிகளை
துட்சணர் தம்மை பிடித்து அடிஅடி ஆவி துடிதுடிக்க
கெச்சிதமாக குடல் மாலை பூண்டு கெதியொடுயர்
வச்சிரமாய் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சீறிச் சினந்து வருகின்ற பேய் பில்லி தேவதைகளை
மீறி வருதல்கண்டு அவ்வேளை வந்து உன் விரி மலர்க்கை
கூரிய வாள் கொண்டு நெஞ்சையும் கிறிக்குடித்து
திரமாகி அடித்த வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

சரநூலறிந்து கடுகாட்டில் மந்திரத்தான் ஜெபித்து
இறவூடலுமையே ஏவிவிட்டிடும் வீணர்களை குறை
உயிரோடவர் அங்கம் பிளந்து குடல்பிடுங்கி
வரவேணும் வடுகா நற்சொர்ண பைரவனே!

கள்ளர் எனை வந்து காட்டில் எதிர்த்து கடுகிவந்தால்
மெள்ள என்நெஞ்சில் உனைநினைப்பேன் அந்தவேளை வந்து
உள்ளக்கலங்க அடித்து துரத்தி நீர் ஓட்டிவிட
வள்ளலென வந்தருள்வாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

காட்டில் தனிவழி செல்கின்ற நேரமும் மழைமுட்டி
நெருங்கி வருகின்றவேளை என்முன்னிருந்து கூட்டி
அருகில் மழை காற்றகற்றி எனக்கும் நின்று வாட்டம கற்ற
வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

அக்கினிஎனை அடந்தேறி வந்து அமடுசெய்தால்
முக்கியமாய் உன்னை போற்றி செய்வேன் நீமுடுக்கி வந்து திக்கெங்கும்
ஓங்கிடும் தீணை விலக்கி தீருவருளை வைக்கவும்
நெஞ்சில் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உடலில் பிணிபலது ஏதேனும் வந்து எனதுள் புகுந்தால்
திடமாயனை நித்தம் தேடிடுவேன் உந்தன் சிந்தனை வைத்து
இடமாயிருந்து எழுந்தஞ்லில் நின்றென்னை ரெட்சித்துப்போ
வடமாலை சாத்தி வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

நினது நெற்றி, கஸ்தூரி பொட்டுகள் நின்றிலங்க
சூலப்படை எடுத்தேவருவாய் பிணிதோன்ற, உக்கிர
கால பைரவன் அஞ்சாத கண்டன் கருணை வைத்து
வாலைக் கெதிர்முன் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

இந்திர ஜாலமும் மகேந்திர வித்தையும் என்னில்வர
தந்திரம் செய்தவர் தன்னுயிர் வாங்கித் தலை அறுத்து
அந்திரமாகக் கழுவேற்றி மெய்துடித்து ஆயுதமே
மந்திர சித்தி தருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

அலைவாய்ப்பிளந்திடும் பூதப்பிசாசு அலறி என்மேல்
பலமாய் வருகையில் நானினைப்பேன் அந்தப்பிசாசை
உந்தன் குலவாளது கொண்டு வெட்டித் துண்டாக்கியே கொன்று
வலமாய் என் பக்கல் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

எல்லிய மூலமறிந்தே கருவது தானெடுத்தி
பில்லி சூனியம் வைத்திடும் இப்பசாசர்களை
சொல்லி நொடிக்குள்ளாக குதித்து துடிதுடிக்க
வல்லவனாய் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கடுவாய்மிருகம் மதயானை வேங்கை கரடி முதல்
தொடுகாமல் நின்று காத்தருள்வாய் பின்தொடர்ந்து வந்தால்
கொடுவாளது கொண்டு வெட்டித துண்டாக்கியே கொட்டு கொட்டு
வடகா குதித்து வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

அட்ட பைவர் எட்டையும் நீயென்று ஆதரித்தால்
துட்டப்பிசாசு என்மேல் வரும்போது துடிதுடிக்க
வெட்டிப் பிளந்து இரண்டு துண்டாக்கிய மனவிறுடன்
வட்டமிட்டாடி வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

கம்பத்தொழுத்தோ கடையெழுத்தோ காலமெல்லாம்
கடந்தெழுத்தோ உம்பற்குரிய உயிரெழுத்தோ ஒருக்காலிருக்கால்
உயிரெழுத்தோ சேர்ந்தோர்க்கென்றும் அருள்புரியும் அம்பத்தோராஷரத்தில்
அகாரமுதல் அவ்வெழுத்தே தோன்றாய் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

நானே உனக்கெற்ற அடிமை என்றே இங்கு தானிருக்க
ஏனோ நீ எனை இகழ்ந்து விட்டாய் இரங்கி
நித்தம் சிவயோக சித்தியும் தந்தருள் வானோர்
புகழ் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

பெண்முகம் தன்னை ஏறிட்டு பிரியம் வைத்தால்
உன்முகம் காண அரிதாகும் நீ ஓடிவந்து
என்முகம் கண்டு நீ ஏறிட்டு பார்த்து நீயின்றருள்
மனமுகமாக வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

சவ்வுங்கிலியும் வடுகா நமா வெனத்தாக்குடன்
கவ்வுங்கடுவாய் புலிபேய் மசிமசி கட்டுகட்டு
அவ்வுங்கிலியும் உகார அறிஅறி நீ
மவ்வும் ஒவ்வென்று வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நெஞ்சில் பயங்களும் காய்ச்சல் தலையிடி நீர்கரப்பு
உன் செயலெனவே நான் துதிப்பெண் உகந்தோடி வந்து
அஞ்சாமல் காத்தருள் அபயம் தந்தாண்டருளி ஆருமிட்ட
வஞ்சனை தவிர்த்தான வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

உந்தன் பதம் நம்பி நானறியேன் நெஞ்சத்தள்ளிருந்து
சந்தோஷமாய் உன்னைப் போற்ற வைத்தாய் இத்தரணியில்
எந்தன் இடருக்கு உயிர்துணை தந்தென்னை ரட்சிக்கவே
வந்தெனையாள வரந்தருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

நெத்திரமாக உனதுபாதத்தை நித்தம் நம்பி வாழ்த்து
அடிமைக்குனது கிருபை மகிழ்ந்தருளிக் காத்திருந்த
என்மேல் கடாட்சம் அருளி கருணை தந்தென
ஸ்தோத்திரம் காண வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

ஓங்கார வட்டத்து அறுகோணமிட்டு அதில் உகாரமிட்டு
பாங்காய் உனைச்சொல்ல சத்தருநாவும் பதைத்து அடங்க
நீங்காது இருந்துள்ளம் அஞ்சாமல் நெஞ்சில் நினைத்திருக்க
வாங்காமல் என்முன் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

ஆறாத்துயரமும் எனமீதில் வந்திடுமானால் முதல்
நீறாக உன் கையில் நீரணிவாய் விஷம் நீக்கி விட்டு
தேறாத சிந்தை தெளிய அறிவுதெறிய அருள்மாறாமல்
என்முன் வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

நேசமுடன் விபூதி கஸ்தூரி குங்குமம் நீ அயிவாய்
ஆசையுடன் உந்தன் பாதார விந்தத்தை நெஞ்சிலுண்ணி
வேதனை துன்பம் விசாரம் கவலை விலகி மிகு
வாதனை தீர்க்க வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

துணிவொடு நானுன்னை என்னாளுமே துதித்து நிற்க
பிணியேது சாரினும் நீ அஞ்சலென்று பிரியமுடன்
அணியான சூலம் ஒரு கரத்திலேந்தி அடிமை முன்னம்
மணிபோல் துலங்கி வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

குஞ்சிச்சடையும் திருநீற்றுக் கோவிலும் குண்டலமும்
பஞ்சாட்சரத்துடனே வருவாய் உந்தன் பாதமதை
நெஞ்சிலிருத்தி தினைவாய் தொழுதிட நீயிரங்கி
வஞ்சனை தீர்க்க வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

நத்துரு ஈனர்கள் சண்டாளதோசிகள் தானினைத்து
குத்துர வஞ்சப் பகைவெய்ய கொடுமைதனை
பற்றப்பார்த்த தணலாயெறித்து பார்த்திடவே
மற்றிபமாக வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

அடியார்கள் மேல் வரும் வஞ்சனை ஏவல் அகற்றி வைத்து
குடியாக என்னுடன் விற்றிருப்பாயென் குலவிளக்கே
துடியாக என்னுட நெஞ்சினில் தோன்றி துலங்கி இப்போ
வடிவாக என்னிடத்தே வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

என்மேல் பிசாசு இடும்ஏவல் எதிர்த்துவந்தால்
உன்மேல் பொறுப்பென்று ஓதிடுவேன் உகந்தோடி வந்து
என்னைப் பிரியம் வைத்துப்பேய் பிசாசை எறி எறி நீ
வன்மேல் ஓங்கரித்து வருவாய் நற்சொர்ண பைரவனே!

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பக்கவிளைவுகள் ஏதுமின்றி நோய் தீர்க்கும் சித்த மருத்துவ மூலிகைகள்

பக்க விளைவுகள் எதுவும் இல்லாமல் நோய் தீர்ப்பதில் சித்த மருத்துவ மூலிகைகளுக்கு நிகர் எதுவும் கிடையாது. பல அலோபதி மருந்துகளுக்கு அடிப்படையாக விளங்குவது சித்த மருத்துவ மூலிகைகளே. ஆயுளை நீடிக்கும் சக்தி சித்த மருத்துவத்துக்குண்டு.

01. சுக்கு மிளகு திப்பலி

சுக்கு மிளகு திப்பலி ஆகிய மூன்றும் உடன் பிறவா சகோதரர்கள் இவற்றுக்கு திரிகடுகம் என்று பெயர். இந்த மூன்று பொருட்களும் இல்லாத சித்த மருந்தே கிடையாது. மகா அவுஸ்தி என சுக்கு அழைக்கப்படுகிறது. அதாவது மிக நல்ல மருந்து என்று அர்த்தம்

சுக்கை அரைத்து நெற்றியில் பற்றுப் போட்டால் தலைவலி பறந்து விடும். மிளகு இருந்தால் பகைவர் வீட்டிலும் விருந்து சாப்பிடலாம். என்பார்கள். சுக்கு, மிளகு, திப்பலி, மூன்றையும் வாங்கி இடித்து கசாயம் போட்டுச் சாப்பிட்டால் இருமல் காய்ச்சலில் இருந்து விடுதலை பெறமுடியும்.

02. இஞ்சி

ஜீரணம் இல்லாப் பிரச்சனையைப் போக்கி பசியைக் கொடுக்கும் ஆற்றல் இஞ்சிக்குண்டு. வாயுத் தொல்லையைப் போக்கும்

03. துளசி

சுவாச நோய்களுக்கு துளசி அருமருந்து. துளசி இலையைச் சாறாகப் பிழிந்து அந்த நீருடன் தேன் கலந்து குடித்தால் ஜலதோசம் காணாமல் போகும். குறிப்பாக குழந்தைகளுக்கு சளி, இருமல் தொடங்கும் போதே துளசி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நீருடன் தேன் கலந்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மூன்று வேளை கொடுத்தால் எவ்வித மருந்துகளும் தேவை இருக்காது. துளசி இலையை அவ்வப்போது பறித்துப் பயன்படுத்துவதே நல்லது.

கோயில்களில் தரப்படும் துளசி நீருக்கும் மருத்துவ குணம் உண்டு. மன இறுக்கத்தை (STRESS) துளசி நீா் குறைக்கும். அதாவது துளசி நீா் மூளையில் செயல்பட்டு மன இறுக்கத்தைக் குறைக்கிறது.

04. மஞ்சள்

சிரங்குகள் கொப்புளங்கள் ஏற்படும் போது சீழ் பிடித்து நோய்த்தொற்று ஏற்படுவதை மஞ்சள் தடுக்கும், கொப்புளங்களின் மீது மஞ்சளுடன் சந்தணத்தையும் சேர்த்துப் பற்றுப் போடுவது நல்லது. முகப்பருக்களின் எதிரி. பெண்கள் தினமும் மஞ்சள் தேய்த்துக் குளித்தால் முகத்தில் அழகு கூடும். முகத்தில் சுருக்கங்கள் விழுவதைத் தவிர்த்து முதுமையைத் தள்ளிப் போட்டு இளமையை மஞ்சள் காக்கும்.

05. எள்

எள்ளில் கறுப்பு எள்ளக்குத்தான் மருத்துவ குணங்கள் உண்டு. அன்றாடம் சிறிதளவு எள்ளை உணவில் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது. எள் போட்டு தாளிக்கலாம். அறுவடை செய்யும் போது எள்ளைப் பயன்படுத்தலாம். ஒழுங்கற்ற மாதவிடாய் உள்ள பெண்கள் அவ்வப்போது எள்ளுருண்டை சாப்பிட்டு வந்தால் சீராக மாதவிடாய் வரும்.

06. பூண்டு

உடலில் கொழுப்புச் சேருவதை பூண்டு தடுக்கும் இதயத்திலிருந்து கைகால்களுக்குச் செல்லும் இரத்தம் தடைப்படுவதை (ரத்த நாளங்கள் கொழுப்புச் சேர்த்து அவை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சுருங்குவதற்கு அதீரோஸ்குளோரசிஸ் என்று பெயர்) பூண்டு தடுக்கும். குறிப்பாக இதயம் தொழிற்படுவதற்கான ரத்தத்தை எடுத்துச் செல்லும் கரோனரி ரத்தக் குழாய்களில் அடைப்பு ஏற்படுவதையும் பூண்டு தடுக்கும். மாரடைப்புக்கு வேலை இல்லை. எனவே தினமும் உணவில் பூண்டைச் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது. வயிற்றுப் பூச்சிகளை பூண்டு கொல்லும் வாதம் வாயுத் தொல்லை மூலநோய் பிரச்சனை உள்ளவர்களுக்கு பூண்டு தான் நண்பன்.

07. அமுக்கரா

இம் மூலிகைக்கு ஆயுள் வேதத்தில் அஸ்வகந்தா என்று பெயர். அஸ்வ என்றால் குதிரை என்று பொருள். பாலுறவு எழுச்சிக்கான அனைத்து வில்லைகளிலும் உள்ள மூலப்பொருள் அமுக்கரா. அமுக்கரா கொண்ட கேப்ஸ் யூலை குறைந்த டோசில் சாப்பிடும் போது அது இதயத்துக்கு நண்பன். அதாவது மன இறுக்கத்தை குறைக்கும். அதிக டோசில் சாப்பிடும் போது பாலுறவு எழுச்சியைத் தருகிறது.

08. கீழா நெல்லி

எந்த வகையான மஞ்சள் காமாலையையும் குணப்படுத்தும் ஆற்றல் கீழா நெல்லிக்கு உண்டு ஹெபடைடிஸ் பி.சி மஞ்சள் காமாலையையும் கட்டுப்படுத்தும் ஆற்றல் கீழா நெல்லிக்கு உள்ளதை ஆராய்ச்சியாளர்கள் நிருபித்துள்ளனர்.

முதலில் இரத்தப்பரிசோதனை செய்து கொண்டு எந்த வகையான மஞ்சள் காமாலை என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். கீழா நெல்லி இலையை அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்துக் கொண்டு ஆட்டுப்பால் அல்லது தேனில் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வர மஞ்சள் காமாலை குணமாகும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

09. நல்லெண்ணெய்

எல்லா எண்ணெய்களைக் காட்டிலும் ஆயுள்வேதம் போற்றும் நல்லெண்ணெய் தான் இதயத்துக்கு நல்லது என அலோபதி மருத்துவர்களும் கூறிவருகின்றனர். ஏனெனில் நல்லெண்ணெயின் மூலம் எள்.

10. சீந்தில் கொடி

உடல் சோர்வை நீக்கி புதுத்தென்பைக் கொடுக்கும் ஆற்றல் சீந்தில் கொடியிலிருந்து கிடைக்கும் சீந்தில் உப்புக்குண்டு. சீந்தில் உப்பை சர்க்கரை அல்லது வெல்லம் அல்லது ஹார்லிக்ஸ் போன்ற தூளுடன் கலந்து அவ்வப்போது சாப்பிட சளி சிறுநீரக நோய்த்தொல்லைகள் மறையும் இதை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுவது நல்லது.

11. ஆடாதோடை

சுவாச நோய்களுக்கு ஆடாதோடை அருமருந்து ஆடாதோடை இலையை அரைத்துச் சாறு பிளிந்து அதைத்தேனுடன் கலந்து தினமும் சாப்பிட்டால் கெட்டிச்சளி இளகி வெளியேறும். ஆஸ்துமா நோயாளிக்கும் ஆடாதோடைச் சாறு மிகவும் நல்லது. தினமும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் இதைச் சாப்பிடவேண்டும்.

12. சிற்றாமுட்டிவேர்

வாதம் முட்டு வலியைப் போக்கும் ஆற்றல் சிற்றாமுட்டிவேர் தைலத்துக்கு உண்டு. இத்தைலத்தின் பெயர் க்ஷீபலா தைலம். இரவில் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன்பு இத்தைலத்தை வலியுள்ள இடத்தில் தடவிவர நிவாரணம் கிடைக்கும். ஹீரபலா கேப்ஸ்யூலாகவும் விற்கப்படுகிறது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பாரிச வாதம்

உங்கள் ஆபத்து மட்டத்தைக் குறைத்தல்

முகம் - முகம் ஒருபாதி செயல் இழக்கிறதா?

கை - இரு கைகளையும் உயர்த்த முடிகிறதா?

பேச்சு - பேச்சுக் குழறல் தடுமாற்றம் ஏற்படுகிறதா? பிறரால் விளங்கிக் கொள்ள முடிகிறதா?

நேரம் - நேரத்தை வீணாக்க வேண்டாம். உடனடியாக வைத்திய சாலைக்குச் செல்லவும்.

உயர் குருதியமுக்கம், உயர் கொலஸ்ட்ரோல் மட்டம் மற்றும் நீரிழிவு

இவை ஆரோக்கியமான உணவு, உடற்பயிற்சி மற்றும் மருந்து மூலம் சீர்செய்யலாம்.

ஒழுங்கற்ற இதயத்துடிப்பு

ஒழுங்கற்ற இதயத்துடிப்பு எந்த வயதிலும் ஏற்படலாம், ஆனால் வயோதிபர், உயர் குருதியழுத்தம் உடையோர், இதயநோய் உடையோர் மற்றும் நுரையீரல் நோயுடையோரில் அதிகமாக உள்ளது.

விரைவாகக் கண்டுபிடித்து தகுந்து மருந்துகளைப் பயன்படுத்தி இதைக் கட்டுப்படுத்தல்

புகைத்தல்

இது ஆரோக்கியமற்ற குருதிக் குழாய்களுக்கு வழிவகுப்பதால் குருதிக்கலன்களில் கொழுப்பு அடைப்பு ஏற்பட்டு மூளைக்கான குருதி வழங்கல் தடைப்படுவதுடன் மாரடைப்பு புற்றுநோய் சுவாசப்பை நோயும் ஏற்படும்.

உடனடியாக புகைத்தலை நிறுத்தவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மதுபானம் அருந்துதல்

ஒரு நாளைக்கு இரண்டு Unit க்கு மேல் அருந்துதல் பாரிசவாத ஆபத்தை 50% ஆக அதிகரிக்கும். அத்துடன் ஈரல், இதயம். எலும்பு மச்சை ஆகியவற்றையும் பாதிக்கும்.

உடற்பயிற்சி

தகுந்த உடற்பயிற்சி 30 நிமிடம் கிழமைக்கு 4 அல்லது 5 தடவைகள் செய்யவும்.

பாரிசவாதம் தடுக்கப்படக்கூடியது.

- இற்கு மேலான பாரிசவாதமானது தடுக்கப்படக்கூடியது.
- உங்கள் ஆபத்து மட்டங்களை அதிகரிக்கும் காரணிகளை அடையாளங் கண்டு அவற்றிக்கு சிகிச்சை பெறல்.
- ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையே முக்கியமானது. புகைத்தலை நிறுத்தவும். மது அருந்துவதைக் குறைக்கவும். தொடர்ந்து உடற்பயிற்சி செய்யவும், ஆரோக்கியமான உணவை உண்ணவும்.
- உங்கள் குருதியமுத்தம். குருதிச் சீனி மட்டம். கொலஸ்ரோல் மற்றும் உடல் எடையை காலத்திற்கு காலம் அளந்து கொள்ளவும், உங்கள் வைத்தியரின் உதவியுடன் இவற்றைக் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்துக் கொள்ளவும்.
- தேவைப்படின் வைத்தியரின் ஆலோசனைப்படி அஸ்பிரின் கொழுப்பைக் குறைக்கும் மருந்து, குருதி உறைதலைத் தடுக்கும் மருந்து. குருதியமுத்தத்தைக் குறைக்கும் மருந்து மற்றும் நீரிழிவைக் கட்டுப்படுத்தும் மருந்துகளை உட்கொள்ளவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பாரிசவாதத்திற்கான ஆபத்துக் காரணிகள்

மாற்றியமைக்கக்கூடிய காரணிகள்	மாற்ற முடியாத காரணிகள்
உயர் குருதியமுத்தம்	65 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்
உயர் கொலஸ்ட்ரோல் மட்டம்	பாரிசவாதம், மாரடைப்பு ஏற்பட்டதற்கான குடும்பவரலாறு
நீரிழிவு	முன்னைய பாரிசவாதம் அல்லது தற்காலிக இரத்தோட்டத் தடைத்தாக்கம்
ஒழுங்கற்ற இதயத் துடிப்பு	
புகைத்தல்	
கூடிய உடற்பருமன்	
உடற்பயிற்சியின்மை	
கூடிய மது பாவனை	
ஆரோக்கியமற்ற உணவுப் பழக்கம்	

தகுந்த உணவுப் பழக்கங்கள்

- அதிகளவு பழங்கள், மரக்கறி, மீன் உண்ணல்.
- சீனி, உப்பு, எண்ணெய், கொழுப்பு, மாமிசத்தைத் தவிர்த்தல்.
- ஒருமுறை பாரிசவாதம், மாரடைப்பு ஏற்படின் மீண்டும் இவைகள் ஏற்படும். இதனை தடுக்க உணவு, தேகபராமரிப்பும்.
- குருதி உறைவதைத் தடுக்க (Asprin - Clopidogrel)
- கொழுப்பைக் குறைத்தல் (Statin)
- குருதியமுக்கத்தை குறைத்தல்
- நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்படுத்தல்
- புகைத்தல், அதிகளவு மதுபானத்தைக் தவிர்த்தல்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வம்சாவழி

அமரர்

சுப்பிரமணியம் ஈஸ்வரநாதன்

மாரிமுத்து
↓
தம்பையா + காளியம்மை
↓
தம்பையா சுப்பிரமணியம்

பூபாலபிள்ளை
↓
நாகரெட்டணம் + காளிப்பிள்ளை
↓
சுப்பிரமணியம் சவுந்தரிப்பிள்ளை

↓

சிதம்பரநாதன்
ஈஸ்வரநாதன்
பரமேஸ்வரன்
சுப்புலட்சுமி
வரலட்சுமி
யோகலட்சுமி
ஜெயஸ்ரீ
சிவசண்முகநாதன்
சிவநாதன்
சிவயோகநாதன்

துரையப்பா + துளசியம்மா
↓
புஸ்பரஞ்சிதம்
பாலசுந்தரம்
கனகசுந்தரம்
சற்குணதேவி
சந்திராதேவி
விமலாதேவி
மஞ்சுளாதேவி
ஜெயசுந்தரம்
ஞானசுந்தரம்
விஜயசுந்தரம்
உதயன்

ஈஸ்வரநாதன் + புஸ்பரஞ்சிதம்
↓

தயாளசீலன்
+
மாலதி
↓
அஸ்வின்

தர்மினி
+
ஜெகதீஸ்வரன்
↓
மதுசங்கர்
யோகிர்சன்

சுகிர்தன்
+
ராதிகா
↓
நவினா
திருக்ஷியன்

சுதர்சன்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நன்றி நவிலல்

அமரர்.

சுப்பிரமணியம் ஈஸ்வரநாதன்

அவர்களின் மறைவைக் கேட்டவுடன் ஓடோடி வந்து ஆறுதல், கூறியதுடன் அஞ்சலி செலுத்திய நல் நெஞ்சங்கள் அனைவருக்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றிகள். அன்னாரின் இறுதி சடங்குகளில் கலந்து கொண்டு ஆறுதல் கூறியவருக்கும் மலர் வலயங்கள் வைத்து அஞ்சலி செலுத்தியவர்களுக்கும் பதாதை காட்சி படுத்திய நிறுவனத்திற்கும் தொலைபேசி மூலம் அனுதாபம் தெரிவித்த நல் உள்ளங்களுக்கும் பல வகையிலும் உதவிய உற்றார் உறவினர் அயலவர் நண்பர்களுக்கும் எங்கள் நன்றியை

தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம்

- குடும்பத்தினர் -

14/21, 12ம் ஒழுங்கை
முதியோர் இல்லவீதி
இலிங்கநகர்,
திருக்கோணமலை

• தொகுப்பாசிரியர் : சுந்தா (0756901316)
• அச்சு : ஏ.ஆர்.டிரேடர்ஸ் 0777695656

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

tion.
g

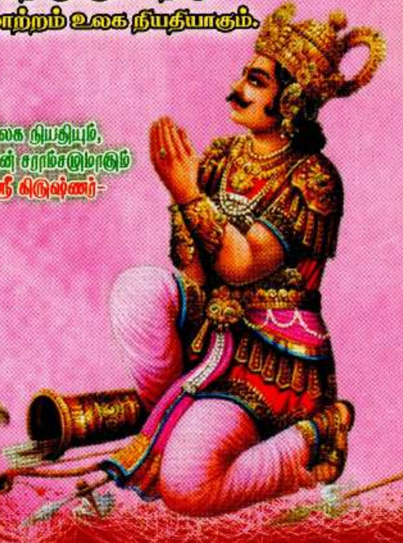
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

tion.
g

கீதாசாரம்

எது நடந்ததோ,
அது நன்றாகவே நடந்தது
எது நடக்கிறதோ,
அது நன்றாகவே நடக்கிறது
எது நடக்க இருக்கிறதோ,
அதுவும் நன்றாகவே நடக்கும்
உன்னுடையது எதை இழந்தாய்?
எதற்காக நீ அழுகிறாய்?
எதை நீ கொண்டு வந்தாய்?
அதை நீ இழப்பதற்கு?
எதை நீ படைதிருக்கிறாய்?
அது வீணாகுவதற்கு ?
எதை நீ எடுத்துக் கொண்டாயோ,
அது இங்கிருந்தே எடுக்கப்பட்டது.
எதை கொடுத்தாயோ,
அது இங்கேயே கொடுக்கப்பட்டது.
எது இன்று உன்னுடையதோ
அது நாளை
மற்றொருவருடையதாகிறது
மற்றொரு நாள்,
அது வேறொருவருடையதாகும்.
இந்த மாற்றம் உலக நியதியாகும்.

இதுவே உலக நியதியும்,
எனது படைப்பின் சராம்சமுமாகும்
-பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர்-



SS Digital's
SSD K004

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org